



5 minutos de preparación
le dan protección

PROTEJA A SU FAMILIA ANTES DE QUE OCURRA UN DESASTRE



¿Dónde estará usted y su familia cuando ocurra una emergencia?

¿Qué hará si los servicios básicos (electricidad, gas, teléfono y agua) son interrumpidos durante períodos largos?

Ya sea que su familia sufra de una emergencia u ocurra un desastre en la región, el esfuerzo que ha hecho para preparar a su familia y los planes que hizo en caso de un desastre le serán de gran utilidad para "sobrevivir" el evento. Los siguientes pasos le pueden ayudar a preparar mejor a su familia.

❶ Identifique los peligros

Visite la biblioteca, comuníquese con la Cruz Roja Americana o con el Gerente de Emergencias local, y/o vaya al sitio web de la Federal Emergency Management Agency (FEMA) en www.fema.gov para averiguar sobre los peligros en su área.

- Tormenta de invierno ? Terremoto
- Inundación ? Incendio forestal
- Tormenta de viento ? Derrumbe
- Derrame de material peligroso

❷ Averigüe cómo pueden los peligros impactar a su familia

Evalúe cuáles podrían ser las consecuencias para su familia cuando ocurre un desastre. Considere la hora del día, el día de la semana, y la temporada del año.

- Lesión ? Apagón de energía
- Incomunicación ? Separación
- Corte de teléfono ? Corte de agua
- Daño a la propiedad

❸ IDENTIFIQUE LOS PASOS QUE PUEDE TOMAR PARA MINIMIZAR O PREVENIR LOS IMPACTOS DEL PELIGRO

Determine los procedimientos y prácticas que puede desarrollar e implementar para mejorar su supervivencia en caso de desastres. Consulte con la Cruz Roja, el Administrador de Emergencias local, y/o con FEMA para que le den ayuda.

- Planes para escape de incendios, comunicación con su familia, y evacuación del vecindario
- Procedimientos para saber sobre cómo tirarse al piso, buscar refugio, y agarrarse; tener albergue listo; y apagar los servicios públicos
- Entrenamiento en RCP, primeros auxilios básicos, y cómo usar un extinguidor de incendios
- Materiales de construcción resistentes a los peligros
- Prácticas para evitar inundaciones, para usar la jardinería eficientemente y para drenar el terreno
- Técnicas para mitigar los peligros no estructurales causados por un terremoto
- Sistemas de aviso tales como detectores de humo
- Seguro completo contra peligros para su hogar y propiedad personal (por ej., terremoto, incendio, e inundación)
- Inventario de recursos en caso de que ocurra un desastre en el vecindario

④ Identifique el equipo y las provisiones que necesitará para sobrevivir

- Ropa de vestir y ropa de cama
- Botiquín de primeros auxilios
- Comida y agua
- Fuentes de iluminación (candelas, linternas, y/o barras luminosas)
- Medicamentos esenciales con o sin receta
- Provisiones para higiene personal
- Artículos especiales (por ej., provisiones para los bebés, comida para las mascotas)
- Copias de documentos importantes
- Herramientas, equipo, y provisiones (pilas, extinguidor de incendios, abrelatas de mano, fósforos, dinero, utensilios, etc.)

⑤ Identifique el equipo, las provisiones, los procedimientos, y las prácticas que ya tiene listas

- Equipo para acampar (equipo para cocinar, bolsas para dormir, utensilios, etc.)
- Comida y agua adicional
- Provisiones médicas
- Plan de escape en caso de un incendio

⑥ Identifique lo que le falta

¿Qué equipo, provisiones, procedimientos, y planes necesita para completar su meta de preparación para la familia?

⑦ Desarrolle un plan para eliminar las cosas que le faltan

Identifique los objetivos a corto y a largo plazo. A corto plazo, enfóquese en artículos de bajo precio o fáciles de implementar y que tengan buenos resultados. Algunas sugerencias incluyen:

- Instale y déle mantenimiento a los sistemas de alarmas de peligro tales como detectores de humo y detectores de monóxido.
- Lleve a cabo técnicas para mitigar los peligros no estructurales causados por un terremoto al asegurar en su sitio los libreros, calentadores de agua, y otros muebles del hogar.
- Desarrolle planes de escape en caso de incendios y planes de evacuación del vecindario.
- Desarrolle un plan de comunicación simple para la familia, tal como una tarjeta que puede llevar en la billetera con números comunes para llamar y números de pólizas importantes.
- Desarrolle procedimientos para saber sobre cómo tirarse al piso, buscar refugio, y agarrarse; apagar los servicios públicos; y tener albergue listo.
- Obtenga entrenamiento de RCP, de primeros auxilios básicos, y sobre el uso del extinguidor de incendios.
- Empiece o agréguele provisiones a su estuche en caso de un desastre. Empiece con necesidades básicas tales como comida, agua, medicamentos críticos, fuentes de iluminación, provisiones de primeros auxilios, ropa de vestir y ropa de cama.
- Haga una reunión en su vecindario para intercambiar información e ideas de preparación.
- Dé artículos de preparación en caso de una emergencia como regalos.

A largo plazo, enfóquese en artículos más caros o aquellos que son más difíciles de implementar. Estos artículos podrían incluir:

- Herramientas y equipo especial
- Técnicas para mitigar estructuras en caso de un terremoto
- Cobertura de seguro adicional
- Mejoras al drenaje

⑧ ENTRENAMIENTO Y MANTENIMIENTO

- Simule una evacuación de un incendio
- Verificar que los detectores de humo estén funcionando
- Verifique que funcione el plan de comunicaciones
- Verifique que funcionen o recargue los extinguidores de incendios
- Practique los procedimientos de tirarse al piso, buscar refugio, y agarrarse; tener albergue listo; y apagar los servicios públicos
- Reponga la comida almacenada, las medicinas, y el agua a más tardar en la fecha de expiración